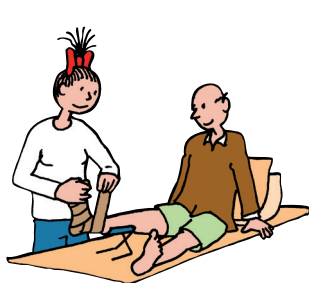




Geven van wondverzorging e.d.

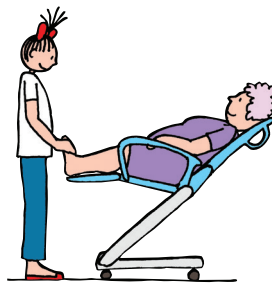


1

Het verbinden of verzorgen van voet of arm kan een langdurig en voor jou belastend karwei zijn omdat been of arm omhoog gehouden moeten worden. Tegelijk verbinden en omhoog houden is te zwaar en een hulpmiddel is nodig. De verbindhulp kan dan een oplossing zijn.

De verbindhulp is een klein, opvouwbaar stoeltje waarop been of arm gelegd kan worden. Het verkort de duur van de handeling en maakt hem lichter. Ze zijn verkrijgbaar met een verwisselbaar hoesje, zodat je ook zeer hygiënisch kunt werken.

Ook zijn er hoog-laagdouchestoelen met een beensteun die je op verzorghoogte kunt instellen: ook dat scheelt veel statische belasting (of ook wel houdingsbelasting genoemd).



2

Tenslotte beperkt een stasteun of zitsteun (het is maar net hoe je het noemt) ook statische belasting. Je zit daardoor minder gedraaid en voorover- of zijwaarts gebogen, en hoeft minder lang te staan bij wondverzorging en activiteiten als eten geven of bloedprikken.

Er zijn allerlei steunen op de markt: instelbaar, wel of niet traploos instelbaar, met of zonder wieltjes, rembaar of niet, met bijzondere zittingen of een gewoon rond zitje en ga zo maar door. Het loont de moeite om een goede keuze te maken en ze ook voor de aanschaf uit te proberen.

Een zadelzitting is handig als je dicht bij de cliënt moet zijn, de werkhogte hoog is en er weinig beenruimte is.

Geef je zelf de tijd er aan te wennen. Begin ze te gebruiken bij langere activiteiten als eten geven. Als je gewend bent zal je de steun ook gebruiken bij activiteiten die korter duren.



3

De voordelen van een sta-steun zijn:

- je steunt of leunt, waardoor je je lichaamsgewicht meer spreidt;
- je bekken wordt symmetrischer belast, waardoor je minder hangt op een van je benen;
- je onderrug kan een meer neutrale houding behouden. Dat is minder belastend;
- je draait minder in je romp;
- je wisselt staan en zitten af;
- je kunt dichterbij de cliënt komen.



TIP Bij obese cliënten kan een plafondlift ook helpen bij wondzorg door het been op te tillen.

